

## 노인 점심모임 및 교통편의 안내 (Korean)

### 노인 점심모임 및 교통편의 안내의 소개

아시아인 아메리칸 리소스 센터(AARC)의 노인 점심모임은 본 센터의 레크레이션 및 세대 간 커뮤니티 교육(RICE) 프로그램의 일부입니다. 무료 점심은 최대 60 명까지의 유자격 참가자들에게 월요일, 화요일, 수요일, 및 목요일 오전 11:30 부터 오후 12:30 까지 제공합니다. 개인별 식사는 따뜻하게 조리하며 아시아적 영감을 담어드리는 식사입니다. 참가자들의 교통편의는 제한된 공동이용방식으로 제공해드립니다.



SENIOR LUNCH SOCIAL HEALTH & WELLNESS RECREATIONAL ACTIVITIES INTERGENERATIONAL GARDEN

### 노인 점심모임에 대한 자격요건

Austin 전체 시내에 거주하는 주민으로서 연세가 60 세 이상이어야 AARC 에서 준비하는 무료 노인 점심을 받으실 수 있는 자격이 됩니다. 모든 분들을 환영하고 초대를 받지만, 먼저 유자격 참가자들이 우선대상입니다. 자격이 되지 않는 참가자분들께서는 \$5 를 부담하시는 식사가 마련됩니다.

### 노인 점심모임 등록

처음으로 오신 참가자분들께서는 성인 등록신청서 양식을 작성해 주시고 사진 신분증을 제시하여 적격성을 입증하셔야 합니다. 성인 등록신청서 양식 용지는 AARC 에서 구할 수 있으며, 또는 “양식” 아래의 AARC 노인 프로그램 웹페이지 하단에서 찾아보실 수도 있습니다.

### 식사 예약

참가자분들의 점심 예약은 당일로부터 7 일 전에만 AARC 에 (512) 974-1700 번으로 전화를 하시거나 이메일 주소 [rani.arni@austintexas.gov](mailto:rani.arni@austintexas.gov) 로 이메일을 주시기 바랍니다. 참가자분들은 주당 최대 1 식에 한해서만 등록이 가능합니다. 일체의 식사 예약용 이메일 및 전화는 시설의 정규 업무시간 중에만 받습니다.

식사 예약을 하지 못하시더라도, 여전히 AARC 에서는 환영하며 식사시간을 전후해 열리는 노인 프로그램 및 레크레이션 활동 일체에 참가하실 수 있습니다. 무료로 드리는 차 및 커피는 점심시간 전에 서빙해드립니다.

개인 또는 대중교통편의 이용권이 제한됨으로 인해, 저희의 셔틀 서비스를 이용하시는 참가자분들이 우선순위가 됩니다.

### 도착 체크인 & 워크인 대기자 명단

노인 점심모임을 위해 AARC 에 도착하시는 즉시, AARC 직원들과 로비에서 체크인을 하신 후 식권을 받으십시오. 처음 오신 참가자분들께서는 ID 통행증을 만들기 위하여 사진촬영이 있게 됩니다. 노인 점심모임 식사시간은 지체없이 오전 11:30 에 시작합니다. 참가자분들께서는 오후 12:30 까지는 도착하셔야 식사제공을 받으실 수 있습니다.

오후 12:30 이 지나면, 배식되지 않은 음식 일체는 워크인 참가자분들에게 선착순으로 나눠드립니다. 워크인 대기자 명단은 식사 당일 오전 9 시에 시작합니다. AARC 직원들은 대기자 명단에 오르신 순서대로 배식을 하므로, 반드시 도착하시는 즉시 저희 접수계 안내원에게 대기자 명단에 추가되기 원하신다는 의사를 밝히시도록 합니다.

### **다이어트(규정식) 필요성에 대한 조정**

RICE 프로그램에서는 건강한 영양성분에 중점을 두고 아시아적 영감을 담은 식사를 제공합니다. AARC 직원들은 영양사와 함께 일하며 저희의 공급업체들이 내놓은 음식에 대하여 다이어트 및 영양학적 지침을 개발했습니다. 식사는 단백질, 비전분(비녹말) 채소로 최소 1 인분의 양, 곡물/빵/전분 채소로 최소 1 인분의 양, 과일 1 인분의 양 및 음료로 구성합니다.

상세한 내용은 저희 웹사이트 <http://www.austintexas.gov/page/senior-programs> 에 매월 게재하는 메뉴를 참고하시기 바랍니다. 채식주의자 옵션은 식사를 제공하는 날마다 이용하실 수 있습니다. 채식주의자 점심이 필요하실 경우, 식사를 예약하실 때 AARC 직원에게 알려주시기 바랍니다. 일체의 음식 알러지 또는 기타 특별한 요구사항에 관해서도 직원들에게 알려주시면 타당한 조절방안을 감안해드리겠습니다.

### **유자격 노인 점심모임 참가자를 위한 노인 교통편**

3명 이상의 노인 점심모임 참가자분들을 위해 제한된 공동 픽업 서비스를 제공하여 AARC 까지 모실 수 있습니다. 저희 루트 옵션을 확인하시려면 월별 일정표를 참고하시기 바랍니다. 오스틴 지역의 역외 관할구역은 교통편의 자격을 드리지 못하고 있습니다. 저희에게는 이동 시마다 14 인승 승합차 밴 1 대를 운용하며, 휠체어 이용은 되지 않습니다. AARC 셔틀을 타고 노인 점심모임에 오시는 참가자 하시는 분들은, 식사예약을 하신 등록자가 아닌 다른 분들을 저희 밴으로 함께 동반하실 수 없습니다.

### **기타 AARC 의 노인활동**

RICE 프로그램 활동 공간에는 탁구, 바둑(일본명 고우/중국명 웨이치), 체스, 체커, 마작, 만칼라, 고스톱, 화투(하나후다), 수도쿠, 까롬, 두뇌 게임, 가라오케, 컴퓨터 기본반 등 이 망라되어 있습니다. 또한 무료 컴퓨터실 및 다양한 언어로 된 도서와 정기 간행물을 구비한 도서관도 있습니다. AARC 는 또한 정기적으로 교대되는 미술품과 역사 전시회 공간도 마련해드리고 있습니다. 참가자들께서는 자신의 미술 및 공예 프로젝트를 본 센터로 가져오셔서 진행하시도록 이를 환영하는 바입니다. 타이치(태극권), 요가, 피트니스 비디오, 건강강좌, 및 기타 토픽들을 비롯한 웰빙 클래스가 정기적으로 열리고 있습니다. 전체 활동 캘린더는

온라인으로 웹페이지 [www.austintexas.gov/page/senior-programs](http://www.austintexas.gov/page/senior-programs) 를 방문, [AARC Senior Programs](#) 를 참고하시기 바랍니다.

### 다중언어 지원

AARC 직원들은 다양한 언어를 구사합니다. 대표전화 (512) 974-1700 번으로 지원을 요청하실 수 있습니다. 다중언어 구사자 직원들의 서비스는 일정 및 이용 가능성으로 인해 특정 시간대에는 전화로만 이용할 수 있다는 점을 유의하시기 바랍니다.

<b>Rani Arni</b> (Hindi हिन्दी, Telugu తెలుగు, Urdu اردو) <b>Recreation Programs Specialist</b>	<b>Victoria Tran</b> (Vietnamese Tiếng Việt) <b>Administrative Specialist</b>
<b>Sona Shah</b> (Gujarati ગુજરાતી) <b>Cultural &amp; Arts Education Manager</b>	<b>Shutong Hao</b> (Mandarin Chinese 中文) <b>Cultural &amp; Arts Activity Leader</b>
<b>Eric Oeur</b> (Khmer ភាសាខ្មែរ, Spanish Español) <b>Marketing Representative</b>	

### Austin 노인 공동식사

AARC 의 노인 점심모임 외에도, 오스틴 시 공원 및 레크레이션 담당국(City of Austin Parks and Recreation Department)에서는 오스틴 전역에 주 5 일간 공동식사의 제공을 위한 저희의 파트너로서 8 개소의 레크레이션, 이웃봉사 및 노인활동 센터로 가는 도시락 배달봉사를 환영하는 바입니다. 노인공동식사 프로그램(Senior Congregate Meals Program)은 60 세 이상의 노인 누구에게나 열려 있습니다. 식사는 제안된 클라이언트 세어(Client Share) 기부금이 \$1.00 - \$3.00 이지만, 반드시 기부를 요구하지는 않습니다. 점심 외에도, 참가자들은 사교 및 레크레이션 활동을 함께 나누고 영양학 강좌, 건강 및 복지상담 및 정보와 의뢰 서비스와 같은 혜택이 더해집니다. 장소들은 다음과 같습니다:

- Alamo Recreation Center, 2100 Alamo Street, 전화: (512) 974-5680
- Conley-Guerrero Senior Activity Center, 808 Nile Road, 전화: (512) 978-2660
- Dove Springs Recreation Center, 5801 Ainez Dr, 전화: (512) 447-5875
- Gus Garcia Recreation Center, 1201 East Rundberg, 전화: (512) -339-0016
- Metz Recreation Center, 2407 Canterbury Street, 전화: (512) -478-8716
- South Austin Neighborhood Center-Durwood, 2508 Durwood, 전화: (512) 972-6840
- South Austin Senior Activity Center, 3911 Manchaca Road, 전화: (512) 448-0787
- Virginia Brown Recreation Center, 7500 Blessing Avenue, 전화: (512) 974-7865

공동식사 프로그램에 관한 추가 정보는 전화 (512) 476-6325 번을 이용하십시오. 노인 성인 레크레이션 및 사교활동에 관한 문의는 전화 (512) 974-3903 번입니다.

### Austin 노인활동 센터

전통적인 레크레이션 활동은 특별히 아래에 열거된 공원 및 레크레이션 담당국의 노인활동 센터 3 개소에서 노인들에게 제공되고 있습니다. 이 외에도, 기타 레크레이션 센터와 Dougherty Arts Center 에서는 성인과 노인들에게 수많은 프로그램들을 제공하고 있습니다.

- Conley-Guerrero Senior Activity Center 808 Nile Street, TX 78702, 전화: (512) 978-2660
- Senior Activity Center – Lamar 2874 Shoal Crest Ave., TX 78705, 전화: (512) 474-5921
- South Austin Senior Activity Center 3911 Manchaca Road., TX 78704, 전화: (512) 448-0787

## 기타 노인 교통편 옵션

[Austin Parks & Recreation Senior Transportation](#)에서는 AARC 에 편도 \$3 의 셔틀 서비스를 제공합니다.

서비스 정보가 더 필요하시면, 전화 (512) 974-1464 번으로 연락하시기 바랍니다. 60 세 이상 노인에 대한 Reserve-a-Ride 및 Errands(비의료) 서비스는 월-금, 오전 8:00-오후 5:00 에 제공되며, 서비스는 필요할 경우, 도움을 통한 커브 투 커브(문 앞까지 승하차 지원)입니다.

[Drive A Senior](#) 는 지역의 비영리 서비스로서, 오스틴 지역 자원봉사자들과 차량이송 서비스가 필요한 노인과 연결해드립니다. 노인들은 반드시 운전을 하지 않거나 운전이 제한이 되는 60 세 이상이어야 하며, 어느 서비스 구역의 경계 내에서 이루어집니다. 노인들은 반드시 스스로 걸거나 워커 및 지팡이를 사용해 걸으실 수 있어야 합니다. 웹사이트 [volunteerdriving.com](http://volunteerdriving.com) 을 방문, 귀하의 서비스 구역에 대한 연락처 정보를 찾아보시기 바랍니다.

## ADA 접근이용 교통편

City of Austin 및 Capital Metro 에서는 휠체어 사용이 가능하며 ADA 교통편 옵션도 이용 가능합니다. [Austin Parks & Recreation Senior Transportation](#) 에는 전화 (512) 974-3914 번을 이용하고, [Capital Metro, Metro Access Services](#) 에는 전화 (512) 389-7501 번으로 추가 정보를 얻으시기 바랍니다.

## 접근성

Austin 시는 미국장애복지법(ADA)을 이행, 준수하는 데 자부심을 가집니다. AARC 시설 및 주차장은 ADA 를 준수하고 장애자의 이용이 가능합니다. 본 시설의 이용에 있어 추가 도움이 필요하실 경우, AARC 의 전화 (512) 974-1700 번을 이용하시기 바랍니다.

